



京都光華女子大学

京都光華女子大学/短期大学部 地域連携推進センター・医療福祉学科共催

京都光華公開講座

『自宅で手軽にできるストレッチ、ボール運動の体験』

人々の“健康”と“未来”を創造する女子大学として本学では、地域の皆さまの健康的な日常生活を願い、「京都光華公開講座」を開催しています。今回、9月3日（土）に本学 こども教育学科 内田 和寿准教授が『自宅で手軽にできるストレッチ、ボール運動の体験』をテーマに、コロナ禍で運動不足を感じている方に自宅できる運動のコツをお伝えいたします。本企画は、お子さんと一緒に参加いただけるイベントとなっております。

京都光華女子大学（学長：高見 茂）では、地域連携推進センターが中心となり、医療や福祉、リハビリ、栄養管理といった、地域に暮らす人々の健康に関する問題をはじめ、子どもの学び支援や商店街・地元企業との協働、生涯学習、環境問題など、さまざまな課題解決に向けた社会貢献としての取り組みを行っています。

「人生 100 年時代、すこやかに あざやかに生きる」ことができるよう、ともに学び、交流することを目的として、今回は、『自宅で手軽にできるストレッチ、ボール運動の体験』をテーマにした講座を行います。

講座中は、本学 こども教育学科の教員・学生がこどもたちと遊ぶ「遊び場」も設置しますので、お子様連れの方も安心してご参加いただけます。

報道各社におかれましては、是非、取材のご検討をよろしくお願い申し上げます。

■ 概要・データ・イベント内容 など ■

【日 時】2022 年 9 月 3 日（土）10：00～11：30（9：30 開場）

【会 場】京都光華女子大学 第一体育館

【講 師】内田 和寿 准教授（本学 こども教育学科 准教授）

【定 員】60 名（大人 30 名、こども 30 名）（要事前申込/先着順）

【申込方法】A または B いずれかの方法でお申込みください。

A：メールまたははがきにて下記の項目をお知らせください。

※はがきでのお申込みは、地域連携推進センター宛にお送りください

①氏名（ふりがな）②電話番号・メールアドレス ③参加希望日・講座名

B：右記 QR コードより申込フォームにアクセスし必要事項を入力してください。

【お問い合わせ先】本学 地域連携推進センター

TEL:075-325-5259（平日 9:00～17:00）

〒615-0882 京都府京都市右京区西京極葛野町 38

✉：chiiki@mail.koka.ac.jp

🌐： <https://webetc.koka.ac.jp/use/crc/open-lecture>



申込フォーム

「取材に関するお問い合わせ」

京都光華女子大学/短期大学部 入学・広報センター 担当：渡辺

[TEL] 075-312-1889 [FAX] 075-312-5594 [E-mail] hkk@mail.koka.ac.jp [URL] <https://www.koka.ac.jp/>



Well-Being を実現する健康・未来創造キャンパスへ

京都光華では、これまで 80 余年にわたって仏教精神に基づく女子教育に取り組んできました。その根幹にあるのは校訓「真実心」。世界が目指す「持続可能な社会」に通じる重要な考え方です。私たちは、この理念によって立ち、すべての人が健やかに暮らせる“Well-Being”な未来の実現を目指し、学生一人ひとりに、そして地域に寄り添い、社会の要請に応えてまいります。